Rok VI. Wychodzi w Berlinie w połowie każdego miesiąca. 1900.

Przewodnik Zdrowia

Pismo poświęcone pielęgnowaniu zdrowia i sposobowi życia według praw i wskazówek przyrody.

Do współpracownictwa zaprasza się każdego, kto na podstawie doświadczeń lub nauki pragnie służyć ludziom w sprawach ich zdrowia. Rękopisów drobnych nie zwraca się.



Szlachetne zdrowie, nikt się nie dowie jako smakujesz, aż się zepsujesz! —

Przedpłata roczna wynosi z przesyłką w państwie niemieckiem 2,50 M. — w austro-węgierskiem 3 korony — w rosyjskiem 1 rub. 50 kop. — w innych krajach europejskich i Ameryce 2.70 M. W Niemczech i Austro-Węgrzech przyjmują przedpłatę półroczną (1.25 M. = 1 kor. 50 hal.) wszystkie urzędy pocztowe; zapisany p. nr. t. 115. Numer osobny 25 fen. Prawdziwie ubodzy odbierać mogą pismo za nadesłaniem rocz. 50 f. (60 hal.) w znaczk. poczt. na opłatę przesyłki.

Nr. 12. | Wydawca i redaktor odp.: A. Czarnowski, Berlin, Karlstr. 32. | Grudzień.

Od Wydawnictwa.

Niebawem zacznie się siódmy rok naszej pracy nad wydawaniem pisma, poświęconego w zasadzie oświecaniu ogółu co do najlepszych sposobów dbania o swoje zdrowie i podtrzymywania takowego. Jak dotąd spełnialiśmy swe zadanie, zostawiamy osądowi stałych naszych Czytelników.

Mamy tylko przeświadczenie, żeśmy się nigdy nie lenili poruszać wszystkich spraw i kwestyj z dziedziny hygjeny, tej, mającej najwięcej niewzruszalne podstawy, gałęzi wiedzy i sztuki lekarskiej, której to jest hygjena „a — i żetem“ (alfą i omegą). — Obok tego, jakkolwiek najczęściej byliśmy rzecznikami lecznictwa przyrodnego, jako najwięcej może na prawidlach hygjeny ukształtowanego, jednak przecie, dla bezstronności, otwieraliśmy na ścieżaj łamy pisma i tym współpracownikom, którzy należą do grona przedstawicieli medycyny szkolnej (allopatji).

Ze spraw, budzących zaciekawienie ogółu, będących może najżywotniejszemi, kwestjami społecznemi, zamieszczaliśmy w dłuższem streszczeniu najnowsze prace prof. Krafft-Ebinga i t. p., względnie dawaliśmy w krótszych zapiskach wiadomość o ich ukazaniu się i ich treści. Obecnie zamieszczamy **„Rozmyślania pozjazdowe“**, których autor, prócz streszczenia najwięcej mogących ogół obchodzić odczytów i uchwał sławnego IX-go lekarsko-przyrodniczego Zjazdu, który przypadł w świetnym czasie pięciowiecza Almae Matris Jagellonicae, podaje o chorobach,

będących klęską społeczną, konieczne wiadomości z ich przyczynowości, objawowości, istoty chorobowej i t. p., i zapowiada najbliższe wnioski, z uchwał zapadłych wysnuć się dające.

Przypominamy jeszcze Szan. Czytelnikom, żeśmy w r. 1896-ym poruszyli nową teorję ruchu krwi dra Jeżeka, i o niej przed Zjazdem w obecnym roku przypomnieli; żeśmy zamieszczali wiadomości z bakterjologii i mnóstwo ustępów z wszystkich gałęzi wiedzy lekarskiej.

Obecnie, skoro Zjazd podniósł potrzebę istnienia popularnych wydawnictw odnośnie mianowicie do hygjeny i gruźlicy, któreto wydawnictwa pouczałyby najszersze warstwy o tej społecznej klęsce — ale nie jedynej, jaką jest gruźlica, mamy prawo „Przewodnika" swojego uważać za tem potrzebniejszego dla wszystkich, przystępnego nawet dla ubogich, którym, jak dawniej tak i nadal, robimy w przedpłacie ustępstwa możliwie jak największe.

Towarzystwom, zamawiącym dla członków swych przynajmniej 10 okazów „Przew. zdr.", zniżamy przedpłatę roczną o połowę!

Oświadczamy, że stale, niezależnie od nagromadzenia nadsyłanych nam prac i ustępów, otwarte będą łamy „Przewodnika" dla omawiania gruźlicy, chorób płciennych (wenerycznych), nerwowych, alkoholizmu, wychowania dzieci i młodzieży, sposobów urządzenia i rozkładu pracy wszelakich urzędników, warstw robotniczych i t. p., itd. I nadal do współpracownictwa zapraszamy każdego, kto na podstawie doświadczeń lub nauki pragnie służyć innym w sprawach ich zdrowia. — Przyjmować też będziemy ustępy, będące spostrzeżeniami z życia zwierząt, i wogóle ustępy z działu zwierzoznawstwa (zoologii) i innych nauk przyrodniczych (botaniki, fizyki, chemji i t. p.), jako też duchoznawstwa (psychologii) i filozofii — byle do sprawy, jakiej służymy, zastosowane.

Wreszcie wprowadzamy obecnie, na wzór innych, następującą nowość: odpowiedzi w sprawach zdrowia, i to w sprawach niewinnych, przez interesowanych upoważnieni, dawać będziemy czy wyjaśnienia czy porady w odpowiedziach otwartych czyli w liczbie „Przewodnika" — zaś w sprawach tajemnych, wogóle ważniejszych, udzielać będą porad za naszem pośrednictwem, pod obowiązkową dyskrecją, lekarze - specjaliści, także listownie.

Ze względów patryotycznych oświadczamy, że i nadal najdroższemi nam będą prace rodaków — i że nadal dbać będziemy o czystość języka, posługując się, o ile możności, wyrazownictwem swojskiem.

Chcemy więc, bo musimy powiększyć, naszego „Przewodnika", aby on, wobec dzisiejszego stanu nauk lekarskich, przechylających się głównie na stronę zapobiegania (profylaktyki) i hygjeny, mógł utrzymać się przy swem zadaniu i był rzecznikiem wszelakich spraw zdrowia, w najszerszem słowa znaczeniu.

Wobec tego wszystkiego mamy prawo zwrócić się do Ogółu Czytelników o łaskawe poparcie, drogą krzewienia naszego pisma w kołach znajomych.

Wszelakim zakładom leczniczym otwieramy łamy dla ich krótkich sprawozdań rocznych, a dla takichże dłuższych, jakoteż dla wszelakich ogłoszeń, rozglądników (prospektów) i t. p., stronice Dodatku „Przewodnika" będą otworem za bardzo niską opłatą.

Przyczyny chorób nerwowych: Współczesne małżeństwa — wykroczenie przeciwko hygienie

wedle prof. Krafft-Ebinga.

Zdanie statystyków, jakoby 75% małżeństw było nieszczęśliwych, znajduje potwierdzenie w coraz wzrastającej liczbie rozwodów i samobójstw ludzi żonatych; co najmniej zgodzić się trzeba, że w dzisiejszych małżeństwach rzadko zachowywane bywają konieczne warunki zdrowia i szczęścia małżonków.

Niektóre przyczyny, wywołujące cierpienia nerwowe we współczesnych małżeństwach, wskazaliśmy już, mówiąc o wadliwości wychowania męskiego i kobiecego. Inną przyczynę bezwątpienia stanowi pijaństwo.

Że dla małżonków naszych wspólne pożycie staje się prędko raczej piekielnem niż rajskiem, pochodzi to ztąd, że przy zawieraniu małżeństw interes, rachunek, pieniądz, grają główną rolę, a rzadko kiedy wzajemna skłonność i popęd naturalny.

Ale gdyby nawet tak nie było, to w każdym razie małżeństwa nasze byłyby nieszczęśliwem źródłem niezadowolenia i chorób nerwowych, ponieważ kobieta dzisiejsza fizycznie dąży do upadku, skrzywiona przez wadliwe wychowanie i szkodliwy sposób życia, a zatem nie jest zdolną godnie odpowiedzieć swojemu naturalnemu przeznaczeniu.

Stosuje się to tak samo do dziewcząt niższego stanu, które wstępują w związki małżeńskie z ciałem zniszczonem przez zły pokarm, niezdrowe mieszkanie i wczesną pracę fabryczną, jak i do naszych rozpieszczonych, przeuczonych, przedwcześnie rozwiniętych dam, które wychodzą, jak można najwcześniej, za mąż, wobec groźby coraz bardziej wzrastającego bezżeństwa.

Smutnym wynikiem takich małżeństw są karłowate, nerwowe dzieci; ale odpowiedzialnym za to jest również i mężczyzna z wyższej klasy, który zawiera związki małżeńskie, zestarzawszy się, przesyciwszy i zniszczywszy swoje zdrowie.

Zazwyczaj już po drugim połogu młoda kobieta zaczyna chorować i więdnąć; musi dla poprawienia zdrowia jechać do wód, co przynosi uszczerbek rodzinnemu życiu i materjalnym interesom.

Fizyczny i moralny rozstrój społeczeństw najwcześniej odbija się na kobiecie, i ten fakt, że dzisiejsza kobieta coraz mniej dorasta do swojego naturalnego przeznaczenia, dowodzi, iż społeczeństwa nasze zaczynają upadać!

* * *

Jasnem jest, że nieprawidłowy sposób życia, lekceważenie najpierwszych potrzeb organizmu, ciągłe wykroczenia przeciwko hygienie, muszą szkodliwie działać na całe ciało wogóle a najfatalniej odbijać się na odżywianiu nerwowego układu.

Zapewne, że na ten ostatni nie działają bezpośrednio, ale wywołują zołzy (skrofuły), gruźlicę i małokrwistość, które z kolei prowadzą do chorób nerwowych, dziedzicznie udzielających się następnym pokoleniom.

Niezdrowy pokarm i niehygieniczne mieszkania, szczególnie w niższych warstwach narodu, wywołują częstokroć *angielską chorobę* (Rachitis). Choroba ta jest strasznem źródłem cierpień nerwowych; zjawia się już w niemowlęcych latach, zakłóca rozwój czaszki i mózgu, sprowadza choroby umysłowe i jest przyczyną trwającego przez całe życie osłabienia nerwów.

Prócz pokarmu, ludzki organizm potrzebuje dobrego powietrza. Niestety, wartość zdrowego powietrza mało jest znaną nawet w kole wykształconych ludzi! Pomimo całej oświaty bieżącego stulecia, nasze zakłady publiczne, i to nietylko karczmy (t. zw. restauracje), ale nawet teatry i sale koncertowe, bardzo mało dbają o czystość powietrza. Jeszcze bardziej stosuje się to do pracowni (warsztatów), fabryk i kancelaryj, w których ludzie zawodowi zmuszeni są przepędzać większą część swego życia. I w prywatnych mieszkaniach nie dzieje się pod tym względem lepiej: nasze wykształcone klasy zbyt mało zwracają uwagi na czystość i świeżość powietrza, ten najpierwszy warunek zdrowia i szczęścia ludzkiego. Podczas gdy przez zbytek i wystawność najlepsze, bo największe i najjaśniejsze pokoje przeznacza się na salony i komnaty gościnne, cała rodzina tłoczy się, żyje i sypia w najciemniejszych, najgorszych i najmniejszych pokoikach. Dla oszczędzenia paliwa, przez nieświadomość zamykamy hermetycznie okna i drzwi,

nie podejrzewając nawet, że w ten sposób bronimy wstępu do naszych mieszkań najlepszemu przyjacielowi zdrowia ludzkiego: świeżemu powietrzu!

Taki sposób gospodarki oszczędza w najlepszym razie kilka marek rocznie, czasem broni przed nieżytem i reumatyzmem, ale za to rozwija nerwowość, małokrwistość i prowadzi do suchot.

Nakoniec winniśmy zauważyć, że niebezpiecznemi są dla nerwów te rzemiosła, przy których używa się ołowiu i rtęci. Na szczęście, trujący wpływ tych metali bardzo rzadko prowadzi za sobą śmierć.

Rozmyślania pozjazdowe.

przez dra S. Kurkiewicza (Kraków).

4) (Ciąg dalszy).

O warunkach poprawy hygieny społecznej.

Nim to omówię, z góry zaznaczyć winienem, że, aby na świecie te błogosławione nowe nastały czasy, potrzeba wszystkim nam przesiąknąć do szpiku jak najdalej w czynach idącą ideą Chrystusową miłości bliźniego: „Miłuj bliźniego swego, jak siebie samego!“ — a więc kochaj siebie tylko połową!, i to tak ty każdy człowieku poszczególny, jak i wy wszelakie władze. Jak to rozumieć? Jeżeli czy pojedyńczy człowiek czy władza jakaś jest wobec Iksa pracodawcą, niech pamięta, że Iksowi nie wyświadcza łaski, dając mu u siebie pole do jego pracy, z której przedewszystkiem pracodawca zyski czerpie. Raczej Iks wyświadcza łaskę. Jeżeli teraz to zwierzę juczne, pracujące dla siebie jeno na obrok, ustaje z pracy lub z choroby, czy przez tę pracę nabytej czy nie, to pracodawca bez socyalistycznych nawoływań obyć się powinien, i zwierzęciu jucznemu dać potrzebny wypoczynek, obrok na cały czas tegoż — a jeżeli zwierzę powróci do pracy na nowo, czy tylko pokrzepione, czy całkiem uzdrowione, nie objuczać go już nigdy do tego stopnia, jak przedtem. — Jeżeli w poszczególnem ognisku rodzinnem, względnie w jednej wielkiej rodzinie, jaką jest poszczególne społeczeństwo, ma być „krew nie wodą“, to w powodzi, zalewającej rodzinną strzechę, bierz silniejszy słabszego, wynoś i noś go na rękach. Jedną z powodzi to choroby, nawiedzające prawie każdą strzechę, jak gruźlica, choroby nerwowe itp.....

Jakże to jest dziś na świecie?! Jednem słowem i my dziś, po tylu wiekach rzekomo postępującego kształcictwa (cywilizacji)! zrzucamy słabszych z Taygetu w przepaść podług spartańskiego zwyczaju z dziećmi. Zatruwamy im życie, pełne i tak cierpień osobistych, cielesnych czy duchowych, nie dbając o nich — a polując jeno za tymi przebiegłymi czyli „sprytnymi“, którym, choć już sami przez się umieją otworzyć sobie wszędzie jak nie drzwi to okno, przecież naraz wszyscy otwieramy na ścieżaj drzwi pomocy, byle ich zabezpieczyć na wszystkie boki... Najwięcej gorzkie życie mają te kaloki, którzy się urodzili i wychowali „bez pleców“. Tych bo już uważa się za najzdrowszych — nimi się orze bezlitośnie, dla nich urlopu niema. To są wieczni „symulanci“ (udawacze)... — A jeżeli się wreszcie uzna czyjąś chorobę, to tylko przemijająco. Któż z nas tak nie powie wtedy, gdy Iksowi odjęto nogę i przyprawiono szczudło: - No, teraześ już, Bogu dzięki, zupełnie zdrów (??), niema co nad chlebem grymasić — brać się do byle czego, marsz do roboty! A czy onto do wszystkiego zdolny? Pono listonoszem ani nauczycielem pląsów (tańców) być nie może!... — Albo cóż to za sztuka, jeżeli Ypsylon, ojciec rodziny, oszalał, zamknąć go do zakładu, choćby na całe życie — a sieroty zostawić na Bożej opatrzności, bo „im nikt nie winien, że takiego ojca mają“?!.. Toteż niezwykle doniosłym jest ten zwrot, gdy uznano potrzebę zaopiekowania się rodzinami gruźlicaków, którzy leczyć się będą w uzdrownicach (sanatorjach)...

Dla mnóstwa dzisiejszych, pono nie daleko — widzących, choć daleko patrzących, ludzisk jest miasto wielkie jako miejsce skupienia kształcictwa (cywilizacji), postępu i wynalazków zastosowanych — rajem, do którego na używanie tego wszystkiego dostać się za wszelką cenę usiłują, pewnymi będąc, że miasto wobec, względem i w stosunku do wymagań zdrowotności i pod względem zaradności we wszelakich chorobowych przypadkach

jest synekurą, spokojnie mieszczuchowi żyć pozwalającą. Ludzie, patrząc na prądnicze*) koleje uliczne (elektryczne tramwaje) ku wygodzie nóg służące, dalopisy i dalogłosy (telegrafy i telefony), zastępujące żmudne pisania listów, i t. p., spodziewają się pono, że coraz lepiej będzie na świecie — tak, że może człowiek na starość żałować będzie czasów, w których musiał biedaczysko sam jeść i sam trawić przez żaden wynalazek w tem nie wyręczony!.. W tem zaślepieniu we wartość wszystkiego, co jest i będzie wynalezionem, szafujemy lekkomyślnie ze zapasów starodawnych: zdrowia, dufając, że się go każdej chwili dorobić możemy „przy dzisiejszym stanie nauki." — Lecz jeżeli dziś kształcictwo oczarowuje ludzi w ten sposób, że, jakoby z rozpustnicą, tracą dniami i nocami swoją ojcowiznę: zdrowie — a z drugiej strony potem to kształcictwo, z litości nad zniszczonym swym niewolnikiem, niesie mu różne „najnowsze" leki i sposoby leczenia, które nazwijmy próbami leczenia — to to wszystko wygląda tak, jak gdybyśmy pozwalali rozmnażać się zbrodniarzom i złoczyńcom dlatego, aby potem wymowni i zdolnie kręcący rzecznicy (adwokaci) mieli pole przed sądem, popisywać się i starać się obronić oskarżonych. . —

Że dziś żyjemy strasznie źle, na zgubę własną i przyszłych pokoleń to wykazują od dawna inne, przytem sławne pióra. Czytaliście, jeżeli nie pierwotną treść, to streszczenie, prac prof. Krafft Ebing'a o chorobach nerwowych, o zdrowych i chorych nerwach, i t. d.? W lbach (nrach) 19, 20 i 21 lwowskiego *Monitora* z 1897-go r. streściłem jedną z nowszych prac tego znakomitego spostrzegacza (ustęp „*Wiek nerwowy*"). A *Przewodnik zdrowia* chyba niejeden raz podawał Wam tę cenną strawę — streszczenie podobne.

Zdrowiectwo (hygjena) (jako nauka) jest katechizmem wiedzy lekarskiej. I tu są przykazania, niewzruszone, od początku do końca świata obowiązujące pod utratą największego doczesnego mienia: zdrowia! Brzmią te pojedyńcze przykazania w słowach: (Jeżeli) *nie będziesz* robił tego i tego to nie będziesz za to potem cierpiał tego i tego... I jeżeli rozsądny młodzian, na podobieństwo owego w ewangelii, spyta lekarza: — *Panie, co robić, abym* był zbawiony na zdrowiu? — odpowiedzieć winien tenże: *Zachowuj przykazania* hygieny. — Co więcej: wiara katolicka, o ile jako nieduchowny znam ją jeno w zarysach, ma pono przykazania najzupełniej zdrowotne. Któremuż bowiem młodzieńcowi nie przyniosło olbrzymich korzyści, jeżeli żył w czystości, czyli strzegł się grzechu nieczystości, nietylko w uczynku ale nawet w myśli? Ze świeckich uczonych przyznaje to taki Krafft-Ebing („*Nervosität und neurastenische Zustände*", wydawnictwo Nothnagla). A dla dojrzałych ustanowionem jest małżeństwo, w którem znowu żyjąc podług przykazań, jest mąż zdrowy i żona zdrowiusieńka... (Czytajcie także dra Rosch'a „Nerwowość oraz zwykłe choroby przewlekłe, zwłaszcza u kobiet w małżeństwie" wydawnictwo „Przewodnika Zdr.").

* * *

(Ciąg dalszy nastąpi).

---

*) Słownictwo z mojego „Spisu wyrazów swojskich zastępczych" (praca od 1890). Prądnia i prądło: elektryczność; prądnik: prąd elektryczny: prądniczy, prądniany, prądniowy: elektryczny.

Muzyka jako środek lekarski.

Napisał

Dr. J. Drzewiecki.

Podczas gdy środki lekarskie rzadko kiedy jaką taką zawierają w sobie harmonję, za to muzyka w pełnych akordach posiada bardzo wiele własności leczniczych.

I któż nie doświadczył na sobie jej wpływu potężnego?! Pierś ci żwawiej oddycha, oko blasku nabiera, rumieńce na policzkach występują, cała twarz się ożywia, a tętno to prędzej, to wolniej uderza, stosownie czy tony brzmią w tępie allegro czy andante. Zamień dur na mol i..., zaraz oddech powolniejszy się stanie i jakby westchnienie z piersi twej wydobywać się będzie, rumieńce przepełzną i twarz jakimś smutkiem owiana na

piersi ci opadnie i niejedną łzę cichą z oka uronisz.*)

Ileż to razy — powiada Libelt — posępne myśli, jak czarne chmury, pogodnemi wiatrami gnane, uciekły z twej duszy, gdyś albo sam zasiadł do instrumentu, albo kto inny odpowiednią stanowi duszy twojej melodję zanucił? Każdy ton wnikł w twą duszę zbolałą na podobieństwo kropli balzamu ronionych na ranę i coraz bardziej i coraz więcej tajała kra zgryzoty, co jak kra lodu ziębiła duszę twoją. Z początku potęga tonów rozpiera pierś twoją, rozczulenie cię owłada, jakaś rzewna tęsknota cię ogarnia... potem, rozwesela się dusza twoja i czujesz się szczęśliwym.

Historja nam podaje, że Dawid łagodnemi tony harfy rozbrajał gniew i melancholję Saula, a Orfeusz na eolskiej lutni wściekłość dzikich zwierząt poskramiał.

Starożytni Grecy zrozumieli bardzo dobrze ową olbrzymią potęgę, kryjącą się w melodyjnej zgodności tonów i uważali ją za ambrozję, posiadającą lecznicze własności.

Pytagoras był pierwszym, który leczył chorych muzyką; dziwić nas to wcale nie może, bowiem podstawą jego filozofji była liczba, która zarazem jest także podstawą muzyki. Pytagoras nauczał, że ustrój człowieka, tj. jego duchowe i fizyczne usposobienie jest z liczb złożone, liczb, pomiędzy któremi niezmienny stosunek istnieje. Zepsucie tego stosunku stwarza chorobę, muzyka zaś przywraca właściwy stosunek i tym sposobem cierpienia usuwa. To też pod wpływem filozofji Pytagorasa przez długi przeciąg czasu w Atenach i Rzymie uważano muzykę za bardzo cenny środek lekarski. W czasach średnich, kiedy poszukiwania eliksyru młodości skierowały umysły wszystkich uczonych na tę drogę, główną uwagę zwrócono na ciało, a o wpływie potęg duchowych całkowicie zapomniano.

Dziś w wieku panowania materji tem bardziej o nich zapomniano. Wszelkie czynności naszego ustroju objaśnione bywają prawami chemji i fizyki, ale mało kto zwraca uwagę na tę okoliczność, że oprócz grubych fizycznych sił przyrody rządzi jeszcze nami siła duchowa. Któż nie doświadczył na sobie wpływu owej siły? Pod wrażeniem przykrej wiadomości lub nieszczęścia, jak za dotknięciem różdżki czarodziejskiej, pierzcha natychmiast apetyt i humor, i stajesz się niezdolnym ani do pracy ani do zabawy. Wieleż to cierpień ciała czerpie swoje źródło ze stanu duszy naszej?! W tych razach częstokroć jedno serdeczne, ciepłe słówko lub odpowiednia stanowi duszy chorego melodja, więcej i skuteczniej zdziałać może, aniżeli najwyszukańsze leki, po które dawniej z koszykiem a obecnie z pełną kieszenią do apteki iść musisz, a które zawsze pomagają... aptekarzowi, a szkodzą najczęściej... choremu.

Do owych istot nieszczęśliwych, rujnujących swe zdrowie i zbogacających kieszeń fabrykantów i aptekarzy, przedewszystkiem należy zaliczyć hysteryczki i hypochondrycznych, biegających od lekarza do lekarza, od apteki do apteki.

Lekarze pamiętają o tem, że ciało wywiera wpływ na duszę, ale zapominają często, że dusza nasza jeszcze większy i silniejszy wpływ na nasze ciało roztacza.

Poszukajmy przykładów, dowodzących, że muzyka posiada własności lecznicze.

Lord Byron w wieku młodym tak popsuł sobie życiem hulaszczem i rozwiązłem żołądek, że nawet delikatnych nie mógł trawić pokarmów. Dopiero gdy za radą pewnego lekarza zaczął jadać przy dźwiękach orkiestry, czynności trawienia wróciły do pierwotnej siły. O dodatnim wpływie muzyki na trawienie wiedzieli już Grecy i Rzymia-

*) Pewien głęboki spostrzegacz zauważył, że muzyki ostatecznym celem jest zdrowie; albowiem mówi on, jeżeli ktoś czuje w swojej duszy, iż żyje wszystkiemi władzami i skłonnościami, to jest zdrowym. Śpiew i muzyka ożywiają wszystkie organa; drgania udzielają się układowi nerwowemu i człowiek cały nastraja się do jednego tonu. I rzeczywiście samo uczucie jestże czem innem, jak muzyką życia, rodzajem drgania (wibracji na zewnątrz, któremu wdzięki muzyki nadają tylko, że tak powiem, ciało i formę dającą się uchwycić. Wszystkich sztuk zasadą, podobnie jak muzyki, jest uczucie harmonji. Wszystkie przeto są opiekunami zdrowia, jeżeli kierowane męską wolą, usiłują wprowadzić do duszy pokój i pogodę. One są wdziękiem życia, a nawet na łonie śmierci, jak się wyraził mistyczny Jakób Boehme, dusze uniesione w sfery wieczności, otoczone są światłem i harmonją. — Feuchtersleben: „Hygjena duszy."

nie, a nasi przodkowie naśladowali ich, urządzając uczty i biesiady przy dźwiękach brzmiącej kapeli.

Znany fizjolog Magendie w swem dziele przytacza mnóstwo przykładów, dowodzących, jak potężny wpływ muzyka na ludzi nerwowych i głuchoniemych wywiera, a dr. Roudnitz w broszurce, wydanej w Pradze pod tytułem: „Die Musik als Heilmittel“, cały szereg nadzwyczaj ciekawych przykładów przytacza o działaniu muzyki na obłąkanych.

Cierpiący na pomięszanie zmysłów maniacy, nadzwyczaj ruchliwi i gadatliwi, przysłuchują się ze spokojem muzyce i słowa nie wymawiają. Melancholicy przechodzą z głębokiej zadumy w stan spokojniejszego dumania, a nieraz rozczulenia. U szalonych ostre wyrazy twarzy łagodnieją, a spojrzenie oka staje się miękkie. Nawet owi idjoci, których nic a nic już nie obchodzi, dla których żadne nie istnieją wrażenia, przysłuchują się melodji i we wzroku i wyrazie ich twarzy po raz pierwszy możesz dojrzeć, że ich coś zajmuje.

Wieleż to razy uczęszczający do wód mogli zauważyć, jak cierpiący na reumatyczne lub podagryczne bóle z zajęciem i ożywieniem przysłuchują się grającej orkiestrze. Żadnego śladu bólu, żadnego śladu cierpienia nie dojrzysz na ich twarzy. Lecz skoro muzyka umilknie, owe ożywienie z twarzy znika i skarga na bóle na ustach ich zawisa.

Przyroda zaradcza wiele ze swych tajników nam odkryła, lecz my, obchodząc się z nią po macoszemu, zagłuszyliśmy w sobie ów instynkt naturalny i dpogląd na rzeczy zdrowy, i w pogoni za błędnemi ognikami, nie słyszymy nieraz głosu tej naszej najlepszej i najczulszej matki-przyrody.

W sprawie samiennej (onanistycznej) naszej młodzi.

Czytamy na str. 235 i 236 l. 20. „*Przewodnika pedagogicznego*“ (Warszawa), że na posiedzeniu wydziału hygieny wychowawczej w 22 gim dniu września b. r. „odczytał p. Marjan Olszewski, właściciel znanego zakładu gimnastycznego, referat w sprawie onanizmu u młodzieży płci obojga“, że wytłumaczył „na wstępie pobudki, które go skłoniły do zabrania głosu na zebraniu publicznem“, a mianowicie „ważność samej sprawy dla zdrowia przyszłych pokoleń“ i ta „okoliczność, że osoby najbardziej kompetentne, lekarze, zbyt rzadko odzywają się w tym przedmiocie“ (niestety, niestety!) — że „prelegent zwrócił uwagę słuchaczów na niezmierne rozpowszechnienie owego zgubnego nałogu i dobitnemi słowy, (a — jak utrzymywali w toku rozpraw specjaliści — w przesadnie jaskrawych barwach), nakreślił obraz zabójczych następstw, z niego płynących. Zakończył zaś swoje gorące przemówienie wnioskiem konkretnym“, ażeby wydział towarzystwa postarał się o wypracowanie i wydanie odnośnej broszurki, zawierającej rady i ostrzeżenia, którato broszurkę miałoby się rozpowszechniać między młodzieżą, lub też — za radą dra A. Fabiana — jako „podręcznik ze wskazówkami, wysnutemi z praktyki kapłańskiej, lekarskiej i pedagogicznej, opracowany przez odpowiednią komisję, do składu której powołaną będzie (co uchwaliło zgromadzenie) między innemi także doświadczona wychowawczyni, rozpowszechniać międy opiekunami młodzieży.

Zabierając głos w sprawie samieństwa (onanizmu) męskiej młodzieży w dalszej części „Rozmyślań pozjazdowych“, biorę dziś za pióro okolicznościowo, na skutek przeczytania tej cennej liczby „Przeglądu pedagog.“, a odrazu, imieniem Układni (Redakcyi) „Przewodnika Zdrowia“, wzywam innych do głosu tutaj w podobnych sprawach, którym między innemi od początku służy to Pismo w imię haseł, jakie wyznaje.

Na słowa zarzutowe, że lekarze zbyt rzadko odzywają się w sprawie samiennej, odpowiadam przytakująco, ze słowem: niestety! Bo też między nimi zgubna najlepszość (optymizm) panuje co do znaczenia samieństwa. Ci przeciętni praktycy, będący przecież przekupniami, trudniącymi się drobiazgową sprzedażą wy-

tworów (produktów) i najświeższych zdobyczy wiedzy, a więc ci, od których dobrej woli zależy, aby te wspomniane towary między wszystkich potrzebujących się rozchodziły, co jest ostatecznie zamiarem i zadaniem tej wiedzy — ci praktycy iluż ludzi zbadają, nie zaczepiwszy bynajmniej o części rodne! Wprawdzie podręczniki i dzieła o chorobach wewnętrznych nakazują przy „fizycznem“ badaniu chorych przejść od stóp do głów chorego, a oglądanie gołooczne (inspekcja okularna) „uwzględniać musi wszystkie części ciała, a zatem głowę, twarz, szyję, piersi, grzbiet, brzuch i zewnętrzne części płciowe, wreszcie kończyny“ („Dyagnostyka kliniczna chorób wewnętrznych“, Wesener-Markiewicz s. 11). Lecz, pono by nie zrażać sobie tych z klienteli, ciekawie zapatrujących się na wstydliwość względnie tajemniczość wobec lekarza, zamyka się w danym razie oczy na ślady samienia się, nie trudno na częściach rodnych męskich, spostrzegalne [1]), a wewnętrznie bada się kobietę pod przykryciem, aby snadź oko nie dostrzegło sporych zmian [2]) na sromie, wywołanych długotrwałem samieniem się (a w innym razie przebywaniem lub przebyciem chorób płciennych czyli wenerycznych!...) — choćby nawet przedmiotowe stwierdzenie tego chorobowego czynnika stało w związku z daną chorobą co do przyczyny lub rozumnie wytkniętem być mającego leczenia.

Tyle jednak obronić należy takich niesumiennych lekarzy, że właściwie samieństwo (onanizm) co do swej istoty jest, zestawkowo (statystycznie) biorąc, nie chorobą, lecz przywarą, która przywiera, którą nawiera dana skorupka w ogniu złego przykładu, podłożonym nietylko przez nieświadomych rówieśników, służące, (będące tak często powierniczkami pod każdym względem córek państwa!), ale często (!) przez osoby dojrzałe i światłe, którym powierzono nadzór nad zdrowiem, nad obyczajami, ba nawet, — (*horribile dictu*! — strasznem to powiedzieć!) — nadzór nad duszą nieszczęśliwej ofiary!... Tym zaś jednym więcej objawem odziedziczonej chorobowości układu czulcowego (nerwowego) względnie zwyrodnienia (degeneracji) bywa ten występek niesłychanie, a przynajmniej nierównie, rzadziej — chyba, że wszyscy jesteśmy warjatami! Boć dowcipnie mawiał ś. p. prof. J. Rosner: „Każdy jest onanistą, przynajmniej przez 6 tygodni!“...

Więc jakkolwiek w każdym przypadku z winowajcą lub winowajczynią do lekarza zgłosić się należy, to jednak nie po samą poradę, lecz głównie po rozpoznanie, czy tej przywary dany ustrój czulcowy, i od niego zależna wola, jeszcze będzie w stanie się pozbyć — czy też, że chorobowość tegoż układu już się nie rozłączy z tym nałogiem, jako dobrana para, która się w korcu maku szukała i.. znalazła... Jakby zaś w tym lub owym wypadku nie było, wiedźcie, że ani żelazne przetwory, ani leki i zabiegi, nerwy wzmacniające, nie wyleczą z tego, więc nie uratują nieszczęśliwcy, jeżeli jego obyczajową stroną życia ktoś mądrze się nie zajmie. Stąd uświadomienie o występku samienia, jego istocie, tylu rodzajach wykonywania, powodach i czynnikach, do tego doprowadzających, a co najważniejsze, o sposobach ocalania przyszłych kalek — to uświadomienie dać należy wszystkim kobietom, bo z nich szeregują (rekrutują) się matki, dozorczynie i wychowawczynie, które w tej sprawie tyle dobrego zdziałać mogą, a powtóre, że znajdywanie się w pobliżu płci drugiej, najwięcej do samienia się pobudza; w danym więc razie kobieta, pod osłoną rozsądku i z przeświadczeniem znaczenia swojego tu wystąpienia, może umyślnem nadejściem nietylko przerwać chwilowo, ale tem nadejściem zawstydziwszy a mądrem słowem przemówiwszy, zadziałać na ambicję i ocalić. Z mężczyzn, i to lekarzy umiał tak zadziałać ś. p. prof. Zarewicz, który n. p. wymógł słowo honoru od młodzieńca, że więcej się samić nie będzie, i to poskutkowało odrazu. Sądzę jednak,

[1]) nabiegnięcie krwią żołędzi po świeżo spełnionem samieniu; łatwe zsuwanie się napletka lub stałe zesunięcie tegoż, kształt żołędzi maczugowaty i t. p. po dłuższy czas spełnianem sam. — [2]) przekrwienie sromu, różnie ciemnej barwy, przerost warg mniejszych i łechtaczki, stałe lub łatwe nabrzmienie czyli wzwód (erekcja) tejże. U obu płci niektóre z tych zmian wspólne są i dla następstw po płcieniu — dla odróżnienia potrzeba uwzględnić wywiady, wiek, zachowanie się właściwe osób samiących się, i t. p.

że dumę i ambicję w tym względzie skuteczniej, ogółem biorąc, przywołać czy podbechtać może kobieta każda, zwłaszcza w poważnej roli do tego kogoś stojąca. — Po nich, a może i obok nich, najwięcej zdziałać może spowiednik, nie piekłem argumentujący, ale podnoszący doniosłość czystości obyczajów a więc nadziemskiej wartości człowieka, doniosłość zdrowia czulcowego (nerwowego) i t. p. —

Czy nasze matki bogate są we wiadomości o samieństwie (onanizmie)? Niestety — według mego doświadczenia — trzeba im w tym względzie wydać świadectwo wielkiego ubóstwa, i za te nieszczęścia ich dzieci wielką im przypisać winę. Rzecz dziwna, tak wiele z nich w latach swojej „głupoty" popelniły to nadużycie, a po wyjściu za mąż taka się bierze u nich niepamięć na możliwość czegoś podobnego, że nawet oburzają się na zwróconą uwagę, utrzymując: „moje dzieci są tak wychowane, że do czegoś podobnego nie są zdolne!".. Dzięki więc tej nieświadomości, tego rodzaju zabawka dziewcząt, jak ściskanie ud i kolan, odbywa się w domu bezkarnie, a huśtanie nogą, założoną udem na drugie udo, karci się, w domu nabożnym, lekko tylko jako „huśtanie djabła na nodze"...; lub upieka się w szkole w ławce kilku dziewczętom saneczkowe ślizganie się tam i sam, trwające nawet czas dłuższy, itp. sposoby: a przechodniom na plantacjach ani przez myśl nie przejdzie, czemu się oddaje grono uczniów, na kilku ławkach rozsiadłych, którzy rysownicami (rajsbretami) zakryli środkową okolicę swego przodu. . — Nie zawsze czas mi pozwalał, dokładnie wywiedzieć się tych najrozmaitszych sposobów drażnienia się i samienia, których jest chyba tyle, ile pomysłów w rozbujałej wyobraźni.

Dla wczesnego, może nawet uchronnego (profilaktycznego), zwrócenia uwagi na samienie się młodzieży płci obojga, dobrze wiedzieć te codzienne spostrzeżenia, że osoby nerwowe, a zwłaszcza macinniczki (hysteryczki) — osoby szczupłe, a szczególniej już gruźlicze — i co do barwy włosa: kruczec (brunet) względnie kruczyca (brunetka), i choć już mniej, ziemiast (szatyn) wzgl. ziemiastka (szatynka), są wogóle namiętne i mają silny popęd. — Od kiedy zaś już uwagę zwracać na dzieci należy, to na mocy już własnego, 5-letniego, doświadczenia zawiadamiam Was, że mam zapisane zdarzenia samienia „wyhodowanego", t. j. czynnie wyuczonego, w roku życia 5-tym i 6-tym, i popełnianego lat 10 i dłużej, nawet jeszcze jakiś czas po zamążpójściu, po 6 i 7 razy na dobę! Cóż mówić o osobnikach nieprawidłowych względnie wyrodniałych — o nich straszne powieści czyta się w „*Psychopatia sexualis.*" — Sielska przyroda wiernych swoich dzieci w tym względzie cnotliwszemi nie miewa, i samienie się rozpanoszonem jest, mojem zdaniem, między młodzieżą wiejską, ale znałem więcej takich dziewcząt niż parobczaków.

* * *

Teraz kilka słów w sprawie samienia się „z potrzeby". — Zdaniem Krafft-Ebing'a, popęd płciowy co do swej siły jest niejako stałym u mężczyzny, a u kobiety wzmaga się, do pewnego kresu, w miarę pożycia z mężczyzną. Mężczyźnie dojrzałemu do zaspokojenia popędu stoją otworem nietylko ślubne drogi, i za to na dobrem imieniu nie traci. Inaczej z kobietą. — Dalej zdaniem Kr.-Eb., u dziewicy dojrzałej, o prawidłowym ustroju i dobrze wychowanej, potrzeby płciowe nie są — to jeszcze owe silne popędy późniejszej żony. Jednak poradki (pacjentki) przedstawiały mi owe potrzeby, (prócz marzeń o chwili znalezienia się w objęciach mężczyzny, o których wszyscy wiemy), jako napadowy, zwłaszcza w nocy, świąd, ściśle co do swego umiejscowienia określić się nie dający, do niejako mimowolnego, odruchowego, samienia się powodujący. Byłoby to więc u takich dojrzałych dziewcząt samienie się „z potrzeby". W tym razie zamążpójście jest tem bardziej wskazanem, jeżeli nastrój macinniczy nie ma wybuchnąć. Liczyć się więc z tem należy rodzicom, którzy każą córce czekać lata, aż narzeczony z pola walka o byt względnie z pola karyery przyniesie zastrzeżone zdobycze takiego lub owakiego stopnia, odznaczenia i innych marności świata... — Ma też samienie się z potrzeby miejsce, gdy przebywa w pochwie lub jej okolicy rodzaj glisty

maluchnej [3]), zwanej glistnicą robaczkowatą („*oxyuris vermicularis*") i dotkiwy świąd powoduje, a ta choroba, według tylko tych w oczy wpadających, mimowolnie zwracających uwagę, przypadków, co najmniej nie jest rzadkością. — Czy wreszcie namiętne pląsanie (tańczenie), jazda konna, ślizgawka, zajęcia takie, jak szycie na maszynie, i t p., i t. p., nie przyprowadzają z konieczności do samienia wskutek rozdrażnienia płciowego, na to niech odpowiedzą same kobiety.

*   *
*

Na zakończenie podnieść należy w kilku słowach, dlaczego ze samieństwem (onanizmem) mamy się tak liczyć że aż niejako społeczne zwalczanie tego występku uznajemy za konieczne. Oto ono podobnie jak pijaństwo i t. p, tępi obyczajowo (moralnie) winowajcę, a przytem kaleczy układ czulcowy; przyczynia więc społeczeństwu ludzi, dotkniętych nieznośnym stanem, niebezpiecznych na poruczonych stanowiskach słowem: ciężarom mu będących, i takież swoje dzieci mu dających. U kobiet samieństwo zwiększa znakomicie macinnictwo (hysterję), znużenie czulcowe (neurastenję) i t p. choroby i wady układu czulcowego, wyrabiające z jednej strony usposobienia nieczułe, przewrotne, złośliwe i inne rozmaite, z drugiej strony chorobliwą namiętność płcienną, dla której stają się zanadto lubieżne i wiarołomne, a w czynności płcienia niezwykle wrażliwe i wskutek tego mdlejące, przytomność tracące' itd. Przychodzi do miejscowej przeczulicy, niezwykle wygórowanej — a powierzchnia ciała jest tak czułą, że przesunięcie się koło takiej osoby, spojrzenie na nią — nie mówiąc już o dotknięciu się ciała jej gdziekolwiek — całą ją przenika i powoduje szczyt rozkoszy płciowej, zwany zmazą kobiecą (*pollutio feminae*) i to dzienną (*diurna*). — Taki stan *erethismus genitalis* wraz z *clitorismus* określały przed Krafft Ebingiem chore jako „pełon mąk", dla którego unikają nawet towarzystwa mężczyzn, bronią się małżonkom swoim przed pieszczotami, wogóle do życia płciowego nieudolnemi się stawszy! — O tem jeszcze głos zabrać przyjdzie...

W Krakowie, w listopadzie 1900.

Dr. Stanisław Kurkiewicz,
lekarz chorób wewnętrznych.

[3]) Samiec dochodzi długości 3 do 4 milimetrów, samica 9 do 13 mm. Właściwie u danego osobnika przebywa w odbytnicy (kiszce stolcowej), ztąd jednak wydostaje się na zewnątrz.

Jeszcze w sprawie bajki o „bocianie".

Znany niemiecki pionier naturalnego sposobu życia jakoteż wychowania, J. Guttzeit, jest bezwarunkowo zwolennikiem otwartości wobec dzieci w sprawie stósunków płciowych, względnie co do pytania o pochodzeniu człowieka. W dziełku swem „Wychowywanie dzieci czysto po ludzku" przypomina G. zdanie Lessinga, iż rozpusta, gdy jej się ujmie największy powab, to jest tajemniczość, o wiele mniej uwodzić będzie;, potępia on zdanie J. J. Rousseau, filozofa francuskiego, iż czynność, rozmnażanie rodu ludzkiego mającą na celu, należy dzieciom przedstawić w pogardliwem świetle — Guttzeit nazywa takie postępowanie wprost grzesznem, bo przecież dla zdrowego rozsądnego człowieka czynność owa świętą być powinna. Przeto, mówi dalej, należy w tem świetle i dziecku rzecz przedstawić. Jakże-to miałaby się wstydzić matka powiedzieć: „Uścisk i pocałunek rodziców twych zapalił płomień twego życia; miesiącami nosiłam cię pod sercem" itd. Wypowiadaniem takiej prawdy uświęcającej duszę dziecku i pobudzającej miłość jego ku matce nie można zaprawdę nic złego wywołać — zło czyha na dziecko z innej strony.

G. przytacza dalej przykład pewnej Amerykanki, która opowiedziawszy synowi swemu z całą otwartością przebieg powstawania życia ludzkiego zauważyła, iż dziecko stało się odtąd dla niej bardziej niż kiedykolwiek czułem i pełnem poważania, a zarazem z tem samem poważaniem zachowywało się wobec innych kobiet, w których widziało właśnie uosobienie troskliwego a bolesnego macierzyństwa.

Czyż nie możnaby wpaść na domysł,

którym kończy Guttzeit swe wywody, że niewiasty wahające się wypowiedzieć dziecku prawdę o świętej sprawie macierzyństwa, i pozostawiające to innym osobom, które ją wobec dziecka z tego uroku odzierają, szkodząc stósunkowi wzajemnemu rodzica i dziecka, że te niewiasty nie czują się może godnemi owego naturalnego poważania, jakie dziecko dla swej matki, co je z boleścią porodziła, mieć powinno?

Przestrogi i rady.

Dzieciom wina nie dawać! Że nawet drobne dawki alkoholu dzieciom są szkodliwe, poświadcza nam dr. Hürlimann w swem osobistem wyznaniu. W swej co dopiero ogłoszonej książeczce „Dwadzieścia lat w służbie pielęgnowania i wychowania dzieci“ wspomina on z żalem, iż był tak nierozsądnym (thöricht!), że myślał poprawić skutki wychowania i podnieść wyniki w swej uzdrownicy dziecięcej (Angertsee w Szwajcarji) przez to, iż w pierwszych pięciu latach kazał dzieciom ponad 8 lat dawać dziennie dziesiątkę wina do picia. Teraz dopiero otworzyły mu się oczy. Otóż przekonal się, że dziatki jego małokrwiste i zdenerwowane po wypiciu pół szklanki wina albo, na wycieczkach, jeszcze mniejszej ilości z początku coprawda zostały na chwilkę pobudzone, ale wnet potem traciły chęć do pracy, chęć do dalszego biegania. Długi czas jeszcze przed rozpoczęciem ruchu wstrzemięźliwości w Szwajcarji na podstawie swych doświadczeń i naukowych przekonań, był zniewolony zaprzestać dzieciom dawać wina w jakiej bądź postaci. „Po wszystkiem, co na tysiącach dzieci widziałem i doświadczyłem, mogę stanowczo wypowiedzieć: Nie widziałem żadnej korzyści przy podawaniu dzieciom napojów wyskokowych, ale byłem raczej świadkiem pośrednich i bezpośrednich szkodliwych skutków na ciele i na duszy. Czuję się zniewolonym usilnie ostrzedz rodziców i oświadczyć im jako lekarz: Nie dajcie kochanym dziatkom Waszym ani kropelki wina, piwa lub podobnych napojów wyskokowych!“

Szkodliwość palenia tytoniu. Jeden z lekarzy angielskich robił dłuższe badania nad szkodliwością palenia tytoniu przez małoletnich chłopców i przekonał się, że na 38 chłopców, którzy się z namiętnością paleniu cygar oddawali, u 27 wzrost był powstrzymany, 32 okazywało nieprawidłowe bicie serca, osłabienie trawienia jakoteż skłonność do kaszlu. A zatem nie pozwalać małoletnim palić tytoniu!

Kwiaty rumianku pospolitego (Matricaria Chamomilla) dobrze działają w nerwicach, usadowionych w częściach rodnych kobiecych, względnie stamtąd odruchowo wychodzących. (Binz. Grundzüge d. Arzneimittellehre str. 85)

Na uspokojenie płciowe dla osób nerwowych, jeźli są w tym względzie rozdrażnione, może posłużyć *Ruta ogrodowa* (Ruta graveolens), mianowicie zapach z niej. W „Anatomji topograficznej“ Hyrtla czytamy, że *wina* rucianego, „Vinum Rutae“, używali dawniej zakonnicy dla osłabienia popędu płciowego.

Rozmaitości.

Przyszła ludność wielkich państw europejskich. Jeden z ekonomistów niemieckich ogłosił dane statystyczne, dowodzące, że największy przyrost ludności ma miejsce w Rosji, ilość bowiem ludności w tem państwie podwaja się w ciągu 45 lat. Żeby otrzymać ten sam wynik, Niemcy potrzebują 65 lat, Austrja i Węgry 70, Anglia 80, Włochy 110 a Francja podwoi swoją ludność dopiero w 860 lat, jeżeli roczny przyrost ludności nie zmniejszy się, co jest prawdopodobnem. Strata Alzacji i Lotaryngii z 1,200 000 mieszkańców jest dla Francji z punktu widzenia jej siły narodowej, mniej przykrą niż nieznaczny stosunkowo przyrost ludności. W ciągu 5 lat ostatnich ilość niemców powiększyła się o 3.000,000; we Francji zaś przybyło tylko 175,000 i to po części dzięki osiedleniu się cudzoziemców.

Największe na świecie kąpiele. Z wielką uroczystością, jak donoszą z San Francisco, nastąpiło tam otwarcie największych na świecie kąpieli. Wspaniałe

zakłady te stanowią dar słynnego kalifornijskiego miliardera Sutro, który wydał na ten cel około 800,000 dolarów. Jest to poniekąd kąpiel, utworzona przez przyrodę. Liczne kanały podmiejskie przeprowadzają słone wody Oceanu Spokojnego przez strome, skaliste wybrzeża do podziemnego zbiornika, pomysłowo przeistoczonego na zakład kąpielowy w największym stylu. Z jednego wielkiego basenu utworzono 7 pomniejszych, o wodzie zimnej i ciepłej, dla osobnego użytku mężczyzn, kobiet i dziatwy. Podziemne, elektrycznie oświetlone oddziały, należycie ogrzane i wygodnie urządzone, mieszczą przeszło 20,000 osób. Trzy baseny wykazują stałe ciepło 30 stopni Celsiusza. Największy mierzy 90 metrów długości na 50 m. szerokości. Woda w nim dniem i nocą się odnawia.

Główna przyczyna partactwa lekarskiego. W jednej z ostatnich liczb „Kroniki Lekarskiej" (Warszawa) znajdujemy artykulik, w którym autor utyskuje na coraz bardziej szerzące się zarówno za granicą i w Królestwie partactwo lekarskie. Wychodząca w Warszawie „*Niwa Polska*" robi następującą słuszną uwagę w tym względzie: „Artykuł ten bardzo pięknie jest napisany, ale podjętej sprawy ani nie oświetla ani też jej nie rozwięzuje. Partacze i szarlatani lekarscy istnieć będą i istnieć nie przestaną i na to najpiękniejsze artykuły nic nie poradzą, dopóki sami lekarze nie powyrywają z korzeniami na własnej niwie własnych chwastów. Chwastów tych coraz bardziej wyrasta od czasu, gdy na medycynę pociągnęły całe zastępy młodych ludzi zwłaszcza żydów dla chleba, dla karyery, a nie dla tego, że głos powołania popychał ich w tym kierunku. Stąd w stanie lekarskim namnożyło się bardzo dużo jednostek, posiadających dyplomy, ale nie posiadających owej iskry Bożej, którą przy wyborze każdego powołania kierować się trzeba. Mamy wielu rzemieślników-lekarzy, lecz mało artystów! Lekarz-rzemieślnik robi w swej specyalności wszystko na jedno kopyto, i w wielu razach nie widzi ratunku tam, gdzie wiejska baba nieraz go podaje. Zdarzenia takie mnożą się coraz bardziej i nic dziwnego, że słusznie podkopują wiarę i zaufanie do dyplomowanych lekarzy. W pierwszym rzędzie nie oświaty ludu, ale raczej oświaty lekarzy nam potrzeba, oświaty — zarówno serca jak i umysłu a wtedy partactwo ustanie i znikną wszelkiego rodzaju owczarze i znachorzy."

Piśmiennictwo.

Hygienischer Volkskalender für das Jahr 1901 — 0,60 M.

Gesundheitlicher Abreisskalender für das Jahr 1901. Mit Gesundheitsregeln u. Ratschlägen von Dr. Weil. — 0,50 M.

Kalendarze te wyszły nakładem W. Moellera w Berlinie. Pierwszy wydany jest przez Związek towarzystw życia i lecznictwa przyrodnego; dowiadujemy się tu m. i., iż do Związku należy obecnie 712 towarzystw z 88,788 członków. Drugi kalendarz jest kartkowy z przepisami i radami z dziedziny zdrowiectwa.

Kącik wesołczy.

Nie można się z nim komunikować.

Pryncypał (do ucznia): Jakąż masz odpowiedź na list?

Uczeń: Żadną, bo powiedział, że z powodu jakiegoś tam „kurczu pisarskiego" lekarze zabronili mu pisać.

Pryncypał: Masz! Jak się do niego w tej sprawie dawnego rachunku telefonuje, nie rozmawia, powiadając, że ma chrypkę. Teraz znowu nie odpisuje, bo mu pisać nie wolno!...

Eskulap.

Do niniejszej liczby dołączony jest

Spis rzeczy

z roku 1900 jakoteż

Dodatek ogłoszeniowy.

Czcionkami drukarni „Dziennika Berlińskiego" L. Wróbel, Berlin O., Koppenstr. 79.